

Flexi TENS™

Mode d'emploi

body clock

Le Flexi TENS est un appareil TENS digital puissant et très simple à utiliser, flexible car il peut être utilisé pour traiter une ou plusieurs zones douloureuses, et donc idéal pour les douleurs aiguës chroniques.

TENS est une méthode reconnue comme sûre et très efficace pour soulager la douleur et très souvent recommandée par les professionnels de la santé.

TENS est une méthode pour soulager la douleur non médicamenteuse et sans effets secondaires connus. Elle peut être utilisée avec toute autre médication nécessaire.

Légende des pictogrammes de l'appareil



Appareil équipé d'une protection spéciale contre les décharges électriques particulièrement en ce qui concerne les courants de fuite autorisés avec une partie appliquée de type F (d'appoint).



Précautions d'emploi, voir page 4 de ce manuel.



Indique que le produit ne doit pas être jeté aux ordures ménagères.

body clock

Table des matières

Que signifie TENS ? 3
Précautions et Contrindications 4
Les commandes du Flexi TENS 5
Fonctions supplémentaires...................................5
Installation du Flexi TENS 6
Utilisation du Flexi TENS 7
Illustrations de placement des fiches d'électrode ..8
Foire aux questions et dépannage 10
Informations techniques 11

Que signifie TENS?

TENS (Stimulation Nerveuse Électrique Transcutanée) agit par le passage d'un faible courant électrique à travers la peau sur les terminaisons nerveuses qui se trouvent en-dessous, par le biais d'électrodes. TENS aide votre corps à produire ses propres substances contre la douleur, telles que les endorphines.

Dans quelle situation utiliser le TENS ?

TENS peut être utilisé pour de nombreuses douleurs aiguës et chroniques comme le mal de dos, les douleurs dans les épaules, l'arthrite, la sciatique, les blessures de sport, la migraine, les douleurs dues aux règles et les douleurs post opératoires.

Garantie

Votre appareil Flexi TENS est garanti pour une période de 1 an contre les défauts de fabrication.

**La garantie ne comprend pas les câbles, les électrodes ou les piles.*

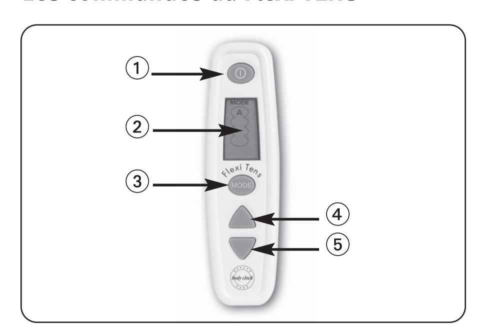
⚠ *Precautions and contraindications*

1. ***NE PAS*** *utiliser le Flexi TENS si vous portez un pacemaker.*
2. *Consultez votre médecin avant toute utilisation si vous souffrez de problèmes cardiaques, douleurs non diagnostiquées, si vous possédez des implants métalliques, ou en cas de doute quel qu'il soit.*
3. *TENS* ***NE DOIT PAS*** *être utilisé avant la 37ème semaine de grossesse.*
4. *Ne jamais utiliser TENS pour masquer une douleur non diagnostiquée car un traitement urgent relatif à celle-ci pourrait être nécessaire.*
5. *Si vous êtes enceinte,* ***NE PAS*** *placer les électrodes sur l'abdomen.*

Précautions générales

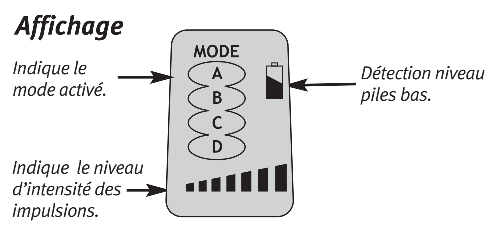
1. ***NE PAS*** *utiliser cet appareil sans avoir lu ces instructions auparavant.*
2. ***NE PAS*** *immerger le Flexi TENS dans quelque liquide que ce soit.*
3. ***NE PAS*** *le placer près de toute source excessive de chaleur ou le mettre en marche en présence de gaz inflammable.*
4. ***NE PAS*** *jeter cet appareil sur une surface dure.*
5. ***NE PAS*** *tenter de démonter le Flexi TENS.*
6. *Utiliser uniquement les piles et les électrodes spécifiées.*
7. *Si l'appareil est endommagé, ne pas l'utiliser. Le retourner au fournisseur.*
8. *Enlever les piles lorsqu'il n'est pas utilisé.*
9. ***NE PAS*** *utiliser en conduisant ou en manipulant des machines potentiellement dangereuses ou pendant l'utilisation d'un four microonde.*
10. *Tenir éloigné de la portée des enfants.*
11. ***NE PAS*** *placer les électrodes sur ou près des yeux, dans la bouche, sur le devant ou les côtés du cou, autour de la tête, du cœur, ou d'une zone de peau lésée, souffrant d'inflammation, infectée ou insensible. Les électrodes devront être en règle générale seulement appliquées sur une peau normalement sensible, sauf sous contrôle médical.*
12. ***NE PAS*** *utiliser en cas de tuberculose, tumeur maligne, pression sanguine très haute ou très basse, forte fièvre ou maladie inflammatoire aiguë, sauf sous contrôle médical.*

Les commandes du Flexi TENS



1. *Touche **POWER** – Allume/ éteint le TENS.*
2. *Affichage utilisateur – Indique le mode activé et le niveau d'intensité. (Voir dessin ci-dessous).*
3. *Touche MODE – Change le mode activé.*
4. *Intensité Plus – Augmente l'intensité des impulsions.*
5. *Intensité Moins – Diminue l'intensité des impulsions.*

Affichage



Fonctions supplémentaires

Détecteur de charge – Si une électrode se détache de la peau, l'intensité retombera à zéro.

Détection niveau piles bas.- Un symbole « piles » clignotant apparaitra sur l'écran.

Arrêt automatique. - Lorsque le niveau d'intensité est à zéro et que le Flexi TENS n'a pas utilisé depuis environ 5 minutes, l'appareil s'arrêtera automatiquement.

Installation de votre Flexi TENS

Vérifier que vous avez les éléments suivants :

1 x Flexi TENS
1 x pack de 4 électrodes auto-adhésives
1 x câble simple
1 x câble double
2 x piles AAA
1 x sac de transport
1 x cordon pour le cou

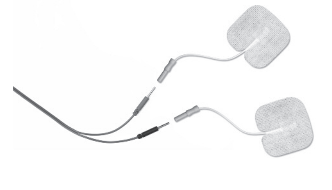
L'assemblage

1. *Faire glisser le couvercle des piles à l'arrière afin d'ouvrir le compartiment.*
2. *Insérer les piles selon les indications sur le schéma qui se trouve dans le compartiment à piles. Replacer le couvercle.*
3. *Choisir le câble que vous désirez utiliser pour votre traitement :*

   a). Le câble simple peut être utilisé pour traiter une zone de douleur de la manière indiquée aux pages 8 et 9 OU

   b). Le câble double peut être utilisé pour traiter deux zones de douleur, ou une zone de douleur importante comme le dos. Voir illustrations pages 8 et 9.
4. *Insérer l'extrémité du fil dans la prise de connexion pour câble à l'arrière du Flexi TENS.*
5. *Connecter les électrodes aux fils sortants du câble (Voir illustration ci-dessous).*

Insérer une fiche rouge et noire (à l'extrémité du câble) sur chaque paire d'électrodes.





Avant la première utilisation du Flexi TENS, merci de vous familiariser avec les Précautions et Contrindications, page 4.

Utiliser votre Flexi TENS

Le Flexi TENS a 4 modes TENS. Chacun d'entre eux a été conçu pour apporter une sensation différente.
Vous pouvez utiliser n'importe quel mode TENS pour traiter votre douleur. Le tableau ci-dessous résume en une brève description la sensation provoquée par chaque mode :

Mode A	*Tapotement*
Mode B	*Massage*
Mode C	*Massage avec tapotement*
Mode D	*Impulsion prolongée*

Commencer le traitement

Retirer précautionneusement les électrodes de leur écrin en plastique, en utilisant l'index et le pouce. Les placer sur les parties de votre corps comme indiqué sur les illustrations (pages 8 et 9). Les carrés noirs et blancs représentent les endroits où placer les électrodes. Si vous désirez traiter une zone de douleur qui ne se trouve pas sur les illustrations des pages 8 et 9, alors en règle générale les électrodes peuvent être placées sur ou autour des zones de douleur.

Une fois que les électrodes sont correctement positionnées, allumer l'appareil. MODE A commencera à clignoter sur l'écran.

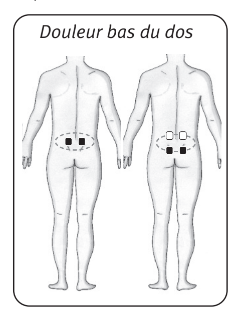
Choisir le mode que vous désirez utiliser en appuyant sur la touche MODE. Une fois que vous avez sélectionné un mode, augmentez graduellement l'intensité en utilisant la touche qui comporte la flèche vers le HAUT, jusqu'à obtenir une sensation confortable. L'intensité peut être réduite en utilisant la touche qui comporte la flèche vers le BAS.

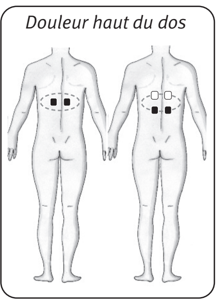
Pour de plus amples informations sur les maladies traitées par TENS, ou pour des conseils sur les placements alternatifs des électrodes, appelez directement Body Clock Health Care au (+44) 020 8532 9595 ou visitez notre site internet :
www.bodyclock.fr

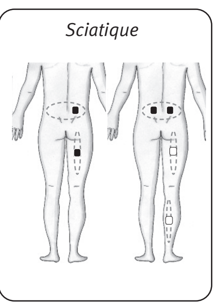
Placement des électrodes

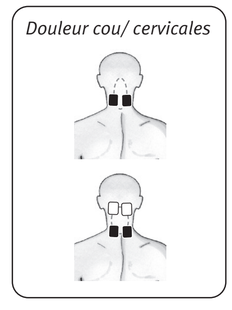
TOUCHE: ■ ■ = première paire d'électrodes □ □ = seconde paire d'électrodes.

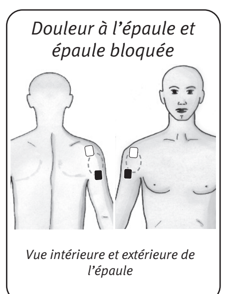
N.B. Les électrodes fournies avec cet appareil sont de la même couleur, les carrés noir et blanc sont seulement des suggestions de placement des électrodes.

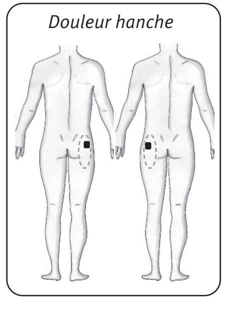






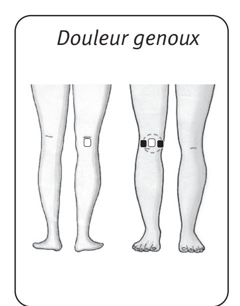


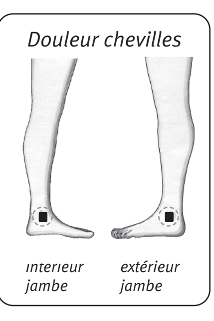


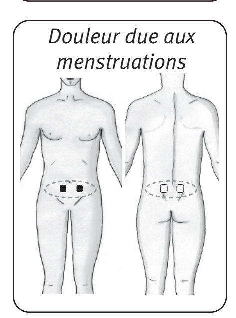


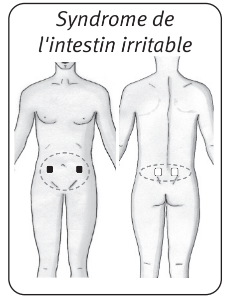
TOUCHE : ■ ■ = première paire d'électrodes □ □ = seconde paire d'électrodes.

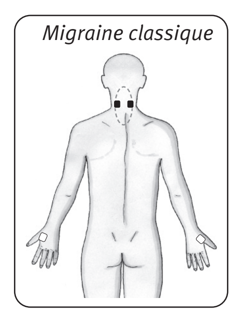
N.B. Les électrodes fournies avec cet appareil sont de la même couleur, les carrés noir et blanc sont seulement des suggestions de placement des électrodes.

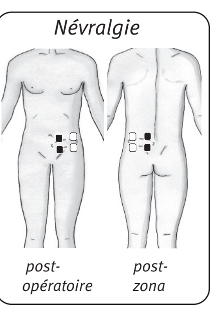












TENS - Foire aux questions

Q ***Cette méthode est-elle sûre?***

R *Oui, TENS est fréquemment utilisé pour soulager la douleur et recommandé par les professionnels de la santé.*

Q ***Puis-je l'utiliser avec d'autres médications ?***

R *Oui. TENS est un produit non médicamenteux que vous pouvez utiliser avec toute autre médication comprenant le paracétamol.*

Q ***Dans le traitement de quelles maladies TENS peut-il être utilisé ?***

R *TENS peut être utilisé dans le traitement de nombreuses douleurs et maladies. Si vous avez des doutes sur l'utilisation du TENS, consultez votre médecin ou contactez Body Clock Health Care au (+44) (0)20 8532 9595.*

Q ***Puis-je utiliser le Flexi TENS en travaillant ?***

R *Ce n'est pas recommandé car il n'inclut pas la fonction boost requise pour l'utilisation en contraction.Pour s'informer sur l'utilisation du TENS en travaillant, visitez notre site internet : www.babycaretens.com ou appelez le (+44) (0)845 230 9737.*

Questions sur le dépannage.

Q ***Pourquoi la sensation de l'impulsion ne semble plus aussi puissante après avoir utilisé le Flexi TENS durant une certaine période ?***

R *Augmentez l'intensité, vous êtes peut-être habitué à un réglage bas.*

Q ***Pourquoi la sensation de l'impulsion semble forte mais inefficace ?***

R *Il faut peut-être repositionner les fiches des électrodes (n'oubliez pas d'éteindre le Flexi TENS avant cette opération).*

Q ***Pourquoi la sensation ne semble pas suffisamment puissante même en position d'intensité haute ?***

R *Les piles ont peut-être besoin d'être changées.*

Informations techniques

Affichage *Mode de fonctionnement*	*Quatre modes* *- A* *- B* *- C* *- D*

	Fréquence de l'impulsion (Hz)	*Portées de l'impulsion (us)*	*Affichage*
A	*45*	*208*	*A*
B	*55*	*100*	*B*
C	*44*	*208*	*C*
D	*90*	*100*	*D*

Mémoire	*Mémorisation des dernières sélections.*
Arrêt automatique	*5 Minutes*
Canal de sortie	*UN canal*
Tension de sortie	*± 70V réglable en 14 étapes (charge 500Ω, pointe à pointe)*
Intensité de sortie	*0 - 20mA réglable en 14 étapes (charge 500Ω)*
Signal de sortie	*rectangulaire bipolaire multiphasique symétrique*
Câbles de sortie	*Câbles étanches CE*
Détection de charge	*Détection par contact entre l'appareil et la peau humaine*
Piles	*2 X1.5V AA Piles (Type LR6)*
Détection niveau piles bas	*2.2V±0.1V*
Poids /Taille	*45g / 12 x 3 x 1.5cm*





ISO 9001:2008 ISO 13485:2003
EC DIRECTIVE 93/42/EEC Annex V

Body Clock Health Care Ltd

108 George Lane,
South Woodford,
London
E18 1AD

Tel (+44) (0)20 8532 9595
Fax (+44) (0)20 8532 9551
www.bodyclock.fr
e-mail ventes@bodyclock.fr

body clock

CE
0120

August 2010 (1)